

Porosz Tibor

SZUBJEKTÍV TUDOMÁNY – OBJEKTÍV TUDÁS



GONDOLAT • TKBF

TANULMÁNYOK A BUDDHIZMUSRÓL

Porosz Tibor

SZUBJEKTÍV TUDOMÁNY – OBJEKTÍV TUDÁS

TANULMÁNYOK A BUDDHIZMUSRÓL

Gondolat Kiadó • A Tan Kapuja Budhista Főiskola
Budapest, 2018

Tartalom

Előszó	7
I. A lélek, a tudat és a személy a buddhizmusban	11
II. A Buddha nyelvhasználata az antik nyelvértelmezések középútján	49
III. Rejtett dimenziók a buddhizmus vizuális gondolkodásában	87
IV. A meditáció pszichodinamikájának alapjai	138
V. Fényélmények a buddhista meditációkban	163
VI. Jung aktív imaginációja és a buddhista meditációk víziói	205
VII. Mit csinál a szél, amikor nem fúj? A „tudat” terei és idői	223
VIII. Szubjektív tudomány – objektív tudás Kognitív folyamatok a meditációban	240
IX. A Buddhista pszichológia és gyakorlati alkalmazása Nyugaton	262
X. Egy multimodális terápia stratégiájának tervrajza	275
XI. Üres gyakorlat vagy tartalmas formalitás? A rituálé szerepei a buddhizmusban	282
XII. A buddhizmus társadalomszemléletének alapvonalai	321
Irodalom	359

VI. Jung aktív imaginációja és a buddhista meditációk víziói

1. BEVEZETÉS

A meditáció leginkább a megismerés és a személyiség fejlesztésének keleti módszereként ismeretes, noha Nyugaton a keresztény szerzetesek és a misztikusok élményei szintén adalékkal szolgálhattak a téma iránt érdeklődőknek. Nyugaton viszonylag új fejleménynek és terjedő gyakorlatnak tekinthető a meditáció egyes eljárásainak terápiás felhasználása, igaz, a legtöbb úgynevezett meditáció nem más, mint egy gyors és könnyű relaxációs technika, mint Edmund Jacobson progresszív relaxációja, Herbert Benson relaxációs válasza, Johannes Heinrich Schulz és Emile Coué autogén tréningje vagy Arnold Lazarus eklekticista módszere, valamint az ezeket az eljárásokat felhasználó egyéb új keletű „meditációk”. Az imaginatív technikákat használó terápiák (például Robert Desoilles irányított éberálmó technika, Hanscarl Leuner katatim imaginatív pszichoterápiája, Joseph Shorr pszichoinimaginációja, Roberto Assagioli pszichoszintézise, Carl Simonton gyógyító képzelet eljárása) a képzelet segítségével a mentalitás sajátos „belső” téri viszonyaira építve érnek el eredményeket. Az utóbbi évtizedekben megnövekedett a nyugati pszichológia arra vonatkozó felismerése is, hogy a buddhizmus releváns a nyugati pszichopatológia és pszichoterápia számára, illetve a saját útján és módszereivel kidolgozott eljárásai számos lényeges ponton egyeznek bizonyos buddhista módszerekkel. Ezek első nyugati magyarázatai ugyan gyakran még nem voltak mentesek a félreértésektől sem, de a pszichológia több képviselője már a korai időktől érdeklődést mutatott a buddhista tanok iránt (Porosz 2010).

A meditatív módszerek terápiás alkalmazhatóságát kereső ezen sokféle törekvés kezdeténél azonban nem más található, mint Carl Gustav Jung eleinte transzcendens funkciónak, de végül is aktív imaginációnak elnevezett módszere. Jung az aktív imaginációt a Freuddal történt szakítását követően, az 1913–1916-os években saját analitikus technikájaként fedezte fel, majd azt számos írásában újra és újra továbbgondolta, míg végül járulékos alkalmazásán túllépve az önismeret és az individuáció módszereként értelmezte. Jung módszerét a követői számos vonatkozásban részletesebben kidolgozták, és napjainkban többféle formában alkalmazzák (Lásd pl.: Hannah 1953, 1981; Fordham 1956, 1967; von Franz 1957/1993, 1978/1993; Davidson 1966; Humbert 1971; Casey 1974; Dieckmann

1979; Dallet 1982; Keller 1982; Johnson 1986; Stewart 1987; Chodorow 1997, 2006; Raff 2000).

A fentiek alapján joggal merülhet fel a kérdés, vajon található-e egyezés a különféle buddhista gyakorlatok és az aktív imagináció módszere között? Mennyiben felel meg egymásnak a buddhista spirituális tradíció és az élet egy útjaként is működ-tethető jungi transzcendens funkció alkalmazása? A válasz keresése az alábbiakban a még útkereső történeti Buddha meditatív élményeinek a bemutatásával kezdődik, amelyek elvezettek arra a pszichológiai fordulópontra, amelynek nyomán végül megvilágosodott. Ezt követően néhány buddhista gyakorlat vázlatos ismertetése és értékelése a feszültség, a relaxáltság, a kontroll, a manipuláció, a jelentésadás, az identifikáció, illetve a transzformáció és az integráció témáit emeli ki. Külön figyelmet kap az élmények személyes, hagyományon alapuló és univerzális szintjeinek feltárása, valamint a személyiség transzformációjának a kérdése. A buddhista meditációk és az aktív imagináció összehasonlításának eredményeként láthatóvá lesznek nemcsak az eljárások közötti hasonlóságok, de a különbségek mögött rejlő elméleti és világnézeti háttér eltérései is.

2. A MEDITATÍV ÉLMÉNYEK

2.1. *A Buddha útkeresése és megvilágosodása*

Az itt következő leírás nem a buddhista legendák és mítoszok különböző csodás eseményekben és rendkívüli meditatív élményekben gazdag Buddha-képével foglalkozik, hanem a szenvedéstől megszabadulni vágyódó valós ember, Gautama Sziddhártha törekvéseit rekonstruálja az immár Buddhaként adott elbeszéléseire támaszkodva. A történeti Buddha csupán néhány ritka alkalommal szolt saját útkereséséről és az akkor megtapasztalt meditatív élményeiről, ezek a megnyilatkozások azonban elszórtan találhatók meg a páli nyelvű kánoni gyűjteményben, ezért a Buddha útjának bemutatása e szövegek kompilációján alapul.

Beszámolója szerint eleinte az otthonában élve az öt érzékszerv minden örömét élvezte. Talán éppen ezért, azután ifjúkorában megrendítő élmény volt számára átgondolni az öreg, a beteg és a halott ember kiszolgáltatottságát, és mindennek az ő számára is elkerülhetetlen voltát, így megszűnt számára az ifjúság öröme, az egészség öröme és az élet öröme (MN 75; AN 3, 39). Ekkor úgy vélte, a boldogsággal nem érhető el a boldogság, csak a szenvedés révén érhető el a szenvedésmentesség, a boldogság (MN 85), és a megoldás után kutatva útnak indult. Mivel maga is ezeknek alávetett, másban is keresni kezdte a születést, az öregséget, a betegséget, a halált, a szomorúságot és a tisztátalanságot. Később felismerte, hogy e keresés által kapcsolódik ezekhez, kötődik irántuk (MN 36). Hasonló tapasztalatokat szerzett a félelemmel kapcsolatban is. Remetesége során legyőzte a félelmet az erdei

egyedülléttől, mert már megtisztult a tevékenységében, a beszédében, a gondolkodásban és az életmódjában, örömet lelve egyedül az erdőben tartózkodni, mert már megszabadult a vágyaktól, a szenvedélyektől, az ellenszenvtől, a tompaságtól, a nyugtalanságtól, az önteltségtől stb., ezért keresni kezdte azokat a helyzeteket, amelyekben átélheti a félelmet és a rettegést, hogy legyőzhesse azokat. Végül az a gondolata támadt, hogy nem keresni kell a félelmet, nem folytonosan várni kell rá, nem kötödni kell hozzá, hanem csupán akkor kell legyőzni, amikor az éppen rátör, akár járás közben, akár állva, ülve vagy fekve (MN 4).

Miután a remeteségben végül is az örömet lelte, úgy érezte, ez még mindig a ragaszkodás, a világhoz kötődés érzéki boldogságának egy módja, tehát ezen az úton nem szabadulhat meg az elmúlás által okozott szenvedéstől, ezért aszketikus gyakorlatokat végzett, és különböző módokon gyötörte, sanyargatta a testét. Ennek végső szakaszában megvonta magától a táplálékot, valamint megbénította a gondolkodását és a lélegzését is, és – noha a hasonló törekvésű kortársai között voltak olyanok is, akik végső megoldásként tudatosan halálra éhezgették magukat – ezzel ő „csak” tetszhalott állapotba került (MN 12; MN 26; MN36). Ebből az állapottól kiemelkedve voltaképpen csak saját végletekig vitt mérhetetlen szenvedésével szembesült, vagyis belátta, hogy éppen a szenvedéstől való megszabadulást nem érte el.

Ekkor felismerte, hogy aki a szenvedéshez ragaszkodik, a szenvedésben merül el, az nem képes helyesen meglátni a szenvedés természetét, és ezért nem tud attól megszabadulni (MN 35). Rájött, nem elég megérteni, hogy az érzéki örömek rövid gyönyörűséget nyújtanak, és sok szenvedést okoznak, de azzal is szembesülni kell, hogy aki az érzéki örömekön és boldogságon kívül nem talál más örömet és boldogságot, így csupán szenvedést okoz önmagának, az voltaképpen még mindig az érzéki örömekhöz kötődik (MN 14). Valójában a szenvedés nem győzhető le a szenvedéssel. A szenvedéstől történő megszabadulás pszichológiai fordulópontja számára az volt, amikor mindezek után feltette magának a kérdést: „*Miért félek a boldogságtól?*” Az a belátása született, mely szerint: „*Nem félek a boldogságtól, attól a boldogságtól, amelyik az érzéki örömekön és a káros dolgokon túl van*” (*Na kho aham tassa sukhasa bhāyāmi, yaṃ taṃ sukhaṃ aññatrevā kāmehi aññatra akusalehi dhammehi*) (MN 36/i, 247). E felismeréssel eloldódott az érzéki örömektől, és megkezdte azt a meditációt, amelynek végén azután legyőzte a szenvedést, elérte a kialvást (páli: *nibbāna*, szanszkrit: *nirvāṇa*), a felébredést (páli: *bodhi*), vagyis „a” Felébredett (p.: *Buddha*) lett.

Ekkorra a Buddha az összpontosítást (p.: *samādhi*) gyakorolva már bőséges meditációs tapasztalattal rendelkezett, és eljutott az összpontosító meditáció legmagasabb elmélyedési szintjeire is. A megvilágosodása előtti gyakorlatai során az elmélyedés első szintjén a „*formai*” összpontosítást végezve már látott fényt és formát, de azok hamar eltűntek. Ennek okát abban találta meg, hogy még számos mentális problémával küszködött, mint amilyen például a kétely, a figyelem hiánya,

a tompaság, az izgatottság, a gyengeség, a vágyódás, az ellenszenv és a félelem (MN 128; AN 4, 198; AN 5, 75). Ezek legyőzésének folyamatában hol csak fényt, hol csak formát látott, viszont amikor már mindkettőt észlelte, akkor hol csekély, hol mérhetetlen volt a fény és a forma. Később még istenségekkel is találkozott, akikkel szóba is elegyedett (AN 8, 64).

Visszont ezt követően a remetesége során a Buddha az érzékszervi tapasztalás lépésről lépésre történő további visszaszorításával elérte a képzetmentes (p.: *animitta*) „forma nélküli” összpontosító meditáció legmagasabb elmélyedési szintjeit, vagyis eljutott a „semmilyenség”, majd a „sem észlelés, sem nem észlelés” fokozatára, sőt ideiglenesen az életfunkcióit is felfüggesztette (MN 36).

A Buddha elmondása szerint sem a fényélmények, sem a forma nélküli állapotok nem hozták meg a végső megszabadulást a szenvedéstől. Az csak akkor következett be, amikor az összpontosítás élményeit és állapotait a felülemelkedett egykedvűséggel szemlélte, aminek nyomán a tiszta tudva-látás keletkezett, majd annak tudata, hogy útját befejezte, nem fog többet újraszülni (MN 128). Ez a tudva-látó egykedvűség semmiképpen nem közömbösséget vagy közönyösséget jelent, inkább az érzékszervi tapasztalatok értékelés és minősítés nélküli éber figyelemmel észlelését. A Buddha ezt a maga által felfedezett meditációs módszert az „éberség készenléte” (p.: *satipatthāna*) névvel illette, és az egyetlen olyan módszerként tanította (DN 10; MN 22), amely a szenvedéstől megszabadító belátáshoz vezet. Ez a belátás (p.: *vipassanā*) a valóságot mulandónak, ezért maradandó belső lényegiség avagy szubsztancia nélkülinek, és ezek miatt a tökéletességet nélkülözőnek, tehát ki nem elégítőnek tekinti.

A történeti Buddha elbeszéléseiből kiviláglik, hogy az eredetileg kitűzött célját akkor érte el, amikor kortársainak – egyébként máig is élő – meditációs gyakorlataival radikálisan szakított. Módszertani újításának első lényegi eleme annak felismerésekor keletkezhetett, hogy az érzékszervi tapasztalásokat és az érzelmi reakciókat nem keresni kell, hanem csupán megfigyelni azt, éppen mikor melyik van jelen. Második fontos felismerése az volt, hogy – a nyugati pszichológia számára sokáig szokatlan módon – különválasztotta az érzést az érzelemtől. Bármilyen testi vagy mentális kellemes, kellemetlen vagy semleges érzés keletkezik is, annak nem feltétlenül kell érzéki örömhöz vagy szenvedéshez vezetnie, a folyamat az érzés szintjén megállítható, ha az érzékiség vagy a szenvedés asszociatív képzei nem rakódnak rá. Hasonlóképpen, a valóság ki nem elégítő voltának sem kell gondolati kiterjesztéssel szükségképpen szenvedéshez vezetnie a hétköznapi élmények szintjén. Ennek megfelelően nem az érzékszervek teljes elzárása vezet a szenvedés elkerüléséhez, hanem azok benyomásainak további mentális konstrukciók és értelmezések nélküli éber tudatossága. Ugyanakkor a következő felismerése szerint nem a boldogságtól való teljes elfordulás szabadít meg az érzéki örömöktől és az elmúlás által okozott szenvedéstől, tehát nem is az érzelmek tökéletes blokkolása a feladat, vagyis szükség van az öt érzékszerv élményeit, a hétköznapi életet meg-

haladó, üdvtanilag pozitívnak tekintett boldogság érzésének a megtapasztalására is. Ez nem csupán a hétköznapi újfajta megélését jelenti, hanem a Buddha új meditációs módszerének is szerves része, amennyiben a boldogság a gyakorlás során az egymásra következő tudatállapotok (a meditáció tárgyának gondolati megragadása, majd megtartása, az öröm, a boldogság és az egykedvűség) egyike, amíg végül már egyedül csak az egykedvűség éber tudatossága marad.

2.2. A buddhista meditációk és az aktív imagináció

Végig követve Sziddhártha – a leendő Buddha – útját a megvilágosodásához, feltehetően, hogy előrehaladásának főbb állomásai megfelelni látszanak az aktív imagináció folyamatának fontosabb lépéseivel. Az aktív imagináció e lényegesebb állomásait az alábbiakban Sziddhártha esetleírásának dőlt betűs szavai jelzik.

Kezdetben jelentkezett egy megoldásra váró alapvető egzisztenciális *probléma*, ami nem más, mint az öröm és a boldogság veszélyeztetettsége, azaz félelem az öregség, a betegség, a halál bekövetkeztétől és egy szenvedésteli következő újraszületés eljövételétől, egyáltalán a személyes biztonság és stabilitás elvesztésétől. Az ezekkel történő szembesülés elkerülhetetlen, a kérdés csak az, legyőzhetőek-e ezek a védettséget veszélyeztető tényezők. Úgy tűnhetett, hogy az öröm és a boldogság érzésének elvetése megszüntetheti az általuk hosszabb távon kiváltott, illetve az elvesztésük miatt létrejött szenvedést, így előtérbe került a félelem a boldogságtól. A *pszichikai feszültség* belső küzdelmében eleinte meghatározónak bizonyult a szembesülés a félelemmel, és ennek során született meg az a felismerés, amely szerint az első lépésnél nyitottan és receptíve, minden manipulatív szándéktól mentesen bármikor *nyitottnak kell maradni* a felbukkanó érzéki benyomásokra és érzelmi reakciókra. A törekvés későbbi fázisában spontánul fények és formák jelentek meg, láthatóvá *manifestálódtak a tudatállapotok tartalmai*. Az eleinte még felbukkanó veszélyek, a zavaró mentális tényezők kiiktatásával, egy nyugodtabb állapotban, ezen *perszónifikálódott* konkrét képek elfogadásával és azok autonóm létének és működésének stabilizálódásával az észleletek *kidolgozódtak*. Ezzel meghatározhatóvá lett a képek *jelentése*, az intellektuális megértés szintjén a megjelent istenségek egyidejűleg a felsőbb világok és a magasabb rendű tudatállapotok kifejeződéseinek bizonyultak. Ez jelzi azt is, hogy a „belső” és a „külső” nem mereven elválasztottak, a megtapasztalt élmény nem a pszichén túlról származó pszichoid entitás. Megteremtődött tehát a feltétele a velük folytatott dialógusnak, amely *párbeszéd* valóban be is következett. A folytonos aktív interakció *jelentőségteljessé* vált, a saját szubjektív beszámoló szerint a tudva-látás tisztult, vagyis a *tudatnak egy új állapota* jött létre. A tapasztaltak *reflektív* átgondolása azonban törést hozott a folyamatban, és a még mindig jelen levő öröm érzése nem integrálódott a személyiségbe, hanem idegen és veszélyes elemnek látszott. A boldogság és a szenvedés

közötti konfliktus újabb *pszichikai feszültsége* a pólusok közötti ingadozáshoz vezetett. A további lépés ezért nem csupán az öröm és a boldogság teljes kizárására irányult, hanem a pszichikai feszültség által kiváltott energiatöbblet segítségével az ellenkező szélsőség, az aszketikus szenvedés végletekig fokozását eredményezte. Az ezt követő intellektuális és érzelmi reflexió azonban már azt a belátást hozta, hogy az öröm és a boldogság nem elvetendő, és a valóság elkerülhetetlenül ki nem elégítő volta, illetve a szenvedés meglelte mellett is szükség van rá, tehát a pszichés működések összességébe *integrálható*. A transzcendens funkció működésével az ellentétek egyesültek, *a személyiség transzformálódott*.

Amint látható, a (leendő) Buddha eddigi törekvései tehát nagy vonalakban valóban megegyeznek a jungi aktív imagináció menetével. Azonban a Buddha ezzel még nem érkezett el útjának végéhez, hanem egy újabb nagy lépést téve immár ennek az új, integrált személyiségnek a birtokában kezdhette csak meg azt a meditációt, ami végül a várva várt felébredést a számára meghozta, és végleg megszabadította őt a szenvedéstől, a késztetések és motivációk uralmától, a további újraszülésektől. Ez utóbbi lépés tartalmának és jelentésének értelmezésére még vissza kell térni, de annyi már itt jelezhető, hogy ettől kezdve a Buddha rátalált a saját meditációs eljárására, ami viszont kevés közösséget mutat az aktív imaginációval.

A buddhista iskolák meditatív vizuális élményeinek menetét tekintve ugyancsak számos olyan motívummal lehet találkozni, amelyek az aktív imaginációval szoros megfelelésben állnak (Porosz 2016). A felbukkanó mentális képek itt is olyannyira önálló nagy figyelmet kapnak, hogy a meditáció tárgyaivá válnak. A théraváda gyakorlatban az autonóm, akaratlagosan nem befolyásolhatóan eidetikus és persze-veráló képek a magas összpontosítottságú állapotban istenségekként vagy/és különféle geometriai alakzatokként, illetve haptikus élményekként jelenhetnek meg. A mahájána vizualizációs gyakorlataiban az antropomorfizált képeket ikonográfiai alakoknak és energiáknak értelmezik, majd azok interaktív kapcsolatba kerülnek a meditálóval. Az alakok a jungi archetípusokhoz (CW 9, i. par. 99) hasonlóan autonóm üres formák, melyek csak tudatos kitöltésükkel, aktiválásukkor nyernek értelmet és jelentést, addig azonban csak bizonyos észlelés és cselekvés lehetőségei, márpedig ezeket az üres formákat a törekvő magára veheti, illetve azt maga töltheti meg tartalommal. A tantrizmusban a vizualizált alakokhoz, védelmező istenségekhez a gyakorló személyes érzelmi kapcsolattal fűződik, és mestercinek, vezetőinek tekinti őket, így jelentőségteljessé válnak. A mahájána mandalái az egyéni pszichét kozmikus rendbe illesztik, a tantrikus buddhizmus mandalái pedig ezen túl a „hara-gos” és a „békés” istenségek integratív egységét is képesek megteremteni.

A dzogcsen gyakorlatok bemutatásának felépítése egy körkörös folyamatot ír le, amelynek az elején az eredeti tiszta tudat alapja található, majd a gyakorlás útja visszavezet ehhez az alaphoz. A trekső gyakorlata az egyének belső feszültségeinek oldásához, a nem dualitás élményének első megtapasztalásához vezet, a tőgal pedig olyan spontánul felmerülő víziókat enged meg, amelyek nem pusztán befo-

lyásolhatatlan, önálló életű alakzatok, hanem egyre bonyolultabb és kidolgozottabb világok, mandalák összetett képei. A gyakorlat végzői és a külső kontrollt biztosító mesterek szerint az ember energiatestének középső vezetke, illetve a pontszerű energia-fénygömb mindenféle dualitást integrál, teljesen és véglegesen megszűntet, ezzel megtörténik a személyiség transzformációja. Úgy tűnik, a folyamat megfelel a jungi *individuáció* elképzelésének, melyben az egy-ségtől, az ürességtől, a tudat differenciálatlanságtól (*participation mystique*) az út a folytonosan növekvő differenciálódáshoz, az *ego* fölényéhez vezet, majd ismét az egy-séghez és ürességhez – ami telítettség vagy teljesség –, a *Selbst*-hez, a mandalához jut, a kör czzel bezárul, a vég kapcsolódik a kezdethez (CW 11. par. 140; CW 18. par. 271).

Az látszik, hogy úgy a Buddha útkeresésénél, mint a buddhista meditációkban – Jung kifejezéseivel élve – az *ego* tudatossága kapcsolatba lép az egyéni és a kollektív tudattalan tartalmainak egy részével, czzel tudatossá teszi azokat. Az ekkor keletkező önálló életű víziók a manifesztálódott tudattalan archetípusok, amelyekkel létrejött kapcsolat transzformálja a *Selbst*-et. Az individuáció folyamatában már nem az *ego* tudatossága a személyiség középpontja, hanem a *Selbst*, aminek funkciója az ellentétek egyesítése. A *Selbst* az egység archetípusa, az egyesítést szimbolizáló mandala képében az ellentétek által körülvelt középpont (CW 13. par. 67; CW 18. par. 1567).

A párhuzamok felmutatása mellett a buddhista meditációk gyakorlatait közelebbről vizsgálva azonban már az látszik, hogy a Buddha sajátlagos szemlélete valamilyen formában folytonosan érvényesül és rávetül valamennyi gyakorlatra, és ezzel olyan tartalmat ad nekik, ami mérsékli a hasonlóságok erejét. E sajátosságok közül a legfontosabb az, hogy valamennyi buddhista szemléletre és meditatív eljárásra jellemző a fizikális tényezők és a tudati tartalmak szubsztanciális jellegének a tagadása. Mindemellett a számos buddhista meditatív vizuális élmény közül Jung aktív imaginációjával külön is összehasonlításra kínálkoznak a dzogcsen jól előkészített spontán víziói. Egybevetésükkor ez esetben sem csupán a gyakorlatok strukturája és képi világa vizsgálható, hanem a mindkettőjük szemlélete mögött meghúzódó doktrinális háttér lényegi eltérései is.

2.3. A buddhizmus és az aktív imagináció néhány kulcsfogalma

A fentebb említett buddhista meditációk értelmezési keretet adnak az alábbi értékeléshez. E téren maga Jung nem egyértelműen fogalmazott, hiszen amíg egyfelől áthidalhatatlan szakadékot látott a keleti és a nyugati személyiség típusok és meditációs módszerek között, sőt óvott a látszólagos egyezések veszélyeitől (CW 13. par. 63), másfelől mégis különféle analógiákkal kísérelte meg összekapcsolni a keleti módszereket és a nyugati eljárásokat. Szerinte ezt az összeköttetést kontrollált módon az *ego* helyett a *Selbst*-et a középpontba transzformáló aktív imagináció képes

elvégezni. Ennek szellemében számára a karma összevethetőnek látszott az archetípussal (CW 11. par. 845), a kundalini jóga az individuációval (CW 13. par. 35), a tibeti halottaskönyv alapján – az ott leírt folyamatot megfordítva – hasonlóknak tűnt a halál útja a pszichológiai transzformációhoz (CW 11. par. 849 és par. 854), a zen szatori hirtelen megvilágosodása a pszichológiai áttöréshez (CW 11. par. 887). Fentebb, a buddhista meditációk bemutatása kapcsán, szintén látni lehetett ezek néhány párhuzamos vonását az aktív imagináció módszerével. Az ilyen analógiák első megközelítésben ugyan valamennyire segíthetnek a nyugati szemlélőnek megérteni bizonyos meditatív pszichikai folyamatokat, azonban téves következtetésekhez vezet csupán ezekre az analógiákra hagyatkozni. Tehát az analógiák használata mellett érdemes elvégezni az aktív imaginációban meghatározó jelentőségű néhány kiemelt alapvető fogalom, illetve szemlélet, módszer és tapasztalati élmény analitikus összevetését a buddhista meditációk világával.

2.3.1. A passzív és az aktív imagináció

Jung módszerében a passzív imagináció a felbukkanó tudattalan tartalmaknak mindenféle beavatkozás és értékelés nélküli passzív szemlélése, a fantázia képeinek kontrollálatlan áramlása, amelyeket úgy lehet figyelni, mint a nézők a színpadi jelneteket. Ennek terápiás értéke nincsen, így nincsen előrehaladás, mert mindig ugyanaz a téma variálódik, sőt még a fantáziával történő azonosulás veszélye is fennáll. Ezzel szemben az aktív imagináció bevonja a nézőt a jelnetekbe, az *ego* tudatossága kapcsolatba lép a tudattalannal, és egy köztük kialakuló konfrontatív viszonyral megkezdődik az ellentétek feloldásához vezető terápiás folyamat (CW 14. par. 706).

Első pillantásra esetleg lehetne gondolni, hogy a passzív imagináció megegyezik a jellegzetesen buddhista meditációs attitűddel, a mindenféle manipulációtól és minősítésektől mentes puszta megfigyeléssel, ez azonban a buddhista meditációs módszer ismeretének birtokában már nem állítható. E szempontból az imagináció aktív és passzív formái egyaránt kreatív, konstruktív tudati tevékenységek, melyek közvetlenül az egyének személyes élményeivel táplálkoznak, míg a buddhista meditáció a felbukkanó képzeteket minden szubjektivitástól mentesen, még a konstruktív működés torzításaitól is megszabadítva szemléli, így azok nem válnak valamilyen tudati működés, asszociáció táplálóivá.

Jung módszere mögött két fontos előfeltevés áll. Az egyik a tudattalan uralmának fenyegetettsége, a másik pedig az a vélelem, mely szerint a tudatosság soha nem terjedhet ki a tudattalan egészére, lehetetlen a tudattalan teljességének tudatossá tétele, kontroll alá vonása. A buddhizmus viszont nem az egymással harcoló tudatos és tudattalan polaritásaiból indul ki, és a spontánul felmerülő élmények feletti kontrollt a hétköznapinál magasabb szintű éber tudatosság figyelemével gyakorolja, miközben megjelenésüket és fennmaradásukat nem bátorítja, de nem is

nyomja el. Emiatt bár az érzések, az érzelmek, a késztetések és a motivációk szabad teret kapnak, de éppen ezért az elutasítás ellenállása és a manipulatív bánásmód fenntartó hatásainak hiányában erejüket veszítve kifulladásnak, elhalnak. Ezért aztán a buddhista módszerben nincsen szükség annak megfontolására sem, hogy vajon lehetséges-e a tudattalan teljes territóriumát a tudatosság uralma alá vetni. Jung félreértése az, hogy szerinte a tudatosság csak az *ego* szintjén létezhet, így ami nem *ego*, az csakis tudattalan lehet (CW 11. par. 827; CW 13. par. 66).

2.3.2. Én és nem-én

Jung számára elképzelhetetlen egy olyan tudatos állapot, amely ne egy szubjektumra, egy énrre vonatkozna, ugyanis szerinte ha nem létezik én, akkor senki sincs, aki-ben valami tudatosulhatna (CW 11. par. 774). Jung szerint szükséges az *ego* tudatos létének fenntartása, mert pszichikai katasztrófának minősülne, ha a *Selbst* asszimilálná az *ego*-t (CW 9, ii. par. 45). Emiatt az aktív imaginációban szükség van az *ego* részvételére. A buddhista meditáció célja ellenben az *ego* működésének kikapcsolása, végső fokon az *ego* képzetének a megszüntetése. Számára az *ego* tudatossága éppannyira a szokásos hétköznapióság képviselője, miként az öt érzékszerv örömei. Amiként ezen örömök meghaladhatók, ha magasabb rendű örömeire lel az ember, úgy az *ego* tudatossága is meghaladható egy magasabb szintű tudatossággal. Ez a magasabb szintű tudatosság nemcsak nagyobb figyelmi intenzitást, vigilanciát jelent, hanem a szubjektív vonatkozásokat kiküszöbölő eljárás eredményeképpen – bármilyen szokatlanul hangzik is a nyugati fülék számára – egy alanyiség, énség nélküli tudatosság, a pusztá figyelem mindenre nyitottsága. Alany és tárgy ekkor nem egyesülnek, hanem a megkülönböztetésük értelmetlen, a buddhista meditáció a decentralálással és a dekoncentrációval megszünteti alany és tárgy kettősségének tévképzetét.

Jung szerint azonban: „Még amikor azt mondom: »Ismerem magamat«, akkor is megmarad ebben egy aprócska én – a megismerő én –, amely még mindig különbözik »tőlem magamtól«” (CW 11. par. 817). Érdekesen hangzik a Buddha e kérdésre vonatkozó megfogalmazása. Figyelemre méltó, hogy az „önmagam” létezésének elképzelésével nem az önmagam nem-létét állította szembe, azt éppoly téves nézetnek tekintette, mint az önmagam (p.: *attā*) és a nem-önmagam (p.: *anattā*) egyéb, az alábbiakban felsorolt értelmezési lehetőségeit (MN 2):

1. Van önmagam.
2. Nincs önmagam.
3. Magammal észlelem magam.
4. Magammal észlelem nem-magam.
5. Nem-magammal észlelem magam.
6. Az én önmagam állandó, maradandó, örök, nem változó, örökké tartó.

A Buddha szerint az ilyen nézeteket valló csak a nem-tudásból fakadó szenvedéseit szaporítja, hiszen az efféle megfogalmazások tévesek, értelmetlenek, értelmezhetetlenek. A túláltalánosított „van-nincs”, illetve „igen-nem” dichotómiájában megfogalmazott kérdések a szokásos gondolkodás számára egy tetralemma sémáját követik, melynek a formája a következő: (A.) „van”, illetve „igen”; (B.) „nincs”, illetve „nem”; (C.) „van is, meg nincs is”, illetve „igen is, nem is”; (D.) „sem nem van, sem nem nincs”, illetve „sem igen, sem nem”. A Buddha álláspontja szerint általában is helytelen a valóság eseményeit különféle statikus végpontú dichotóm felosztásokban megérteni, így a valóságról szólva a Buddha nem a „létezés” vagy „nem-létezés” elvont fogalmait alkalmazta, ezek használatát elutasította, helyette a „van” és a „nincs” között mintegy középen szüntelenül zajló konkrét keletkezések és elmúlások dinamikus folyamatainak a szemléletét képviselte (bővebben lásd: Porosz 2015).

Igaz, Jung is úgy fogalmaz, hogy az önmagam (*Selbst*) nemcsak statikus entitás vagy állandó forma, hanem dinamikus folyamat is (CW 9, ii. par. 411), miközben ennek a dinamikus folyamatnak, a személyiség teljességének az oltárán nem áldozható fel az *ego*. A Buddha azonban nem csupán az *ego*, hanem a *Selbst* képzetének – létezése vagy nem-létezése dichotómiájának – középpontba állítását is a szenvedés megszűntetéséhez vezető út akadályaként fogta fel.

Ekkor persze felmerülhet a kérdés: „*Ki az, aki cselekszik? Van-e értelme bármiféle törekvésnek?*” A Buddha nézőpontjáról azonban téves a kérdésfelvetés. Nem az a kérdés: „*Ki?*”, hanem az: „*Hogyan?*” A Buddha tehát azt a felfogást utasítja el, amely az „én”-t és az „önmagam”-at egyrészt változatlan entitásként fogja fel, illetve amely másrészt ragaszkodik egy kialakított identitás képzetéhez, legyen szó akár a személyiség egyik-másik partikuláris elemébe (érzékelés, érzés, érzelem, kognitív működések, késztetések, tudatosság) ragadásról vagy az individuum, a személyiség teljességéhez kötődésről, illetve akár egy univerzális vagy éppen kozmológiai szintű entitással történő azonosulásról, ennél fogva netán a jungi értelemben vett *ego* vagy *Selbst* fogalmairól.

2.3.3. Az egyéni és a kollektív

Amint az látható volt, az imaginatív technikák az egyén személyes élményvilágát hívják elő, a vizualizációs eljárások a személyesség és a hagyományok keretein belül mozognak, a víziók pedig univerzális tartalmakat hoznak a felszínre. Jung aktív imaginációja az archetípusok koncepciójával az egyént és az univerzálisat egybefoglalja, miközben a hagyományok, a mitológiák vagy a mesék képzetvilágát is az értelmezés körébe vonja. Ezzel viszont a személyes történet, az egyén narratív identitása voltaképpen nem közvetlenül illeszthető egy univerzális identitásba. Az egyéni tudattalan és a kollektív tudattalan tartalmainak megjelenése a hagyomá-

nyok csatornázó szerepe, a társadalmiság nélkül nem valósulhatna meg, ezért szükség van a kollektív tudatosság (Durkheim 1912/1995) dimenziójának koncepciójára is. Végül is a két háború között Jung is szólt a kollektív tudatosságról (CW 7. par. 231), bár szerinte amíg a kollektív tudattalan az egész emberiségre jellemző, addig a kollektív tudatosság kultúrákhoz, civilizációkhoz kötött (CW 8. pars. 423–426).

A buddhista gyakorlatok szempontjából az egyéni életeseményeknek gyakorlatilag nincsen jelentőségük, miközben a feldolgozásra kerülő mentális tartalmak nem is közvetlenül kozmológiai szintűek. Inkább olyan minden emberre jellemző általános mintázatok, mint például a közelebbi meghatározás nélküli vágy, harag, tompaság, nyugtalanság, kétely vagy a késztetések és a tudatosság. A kollektív vagy általános mintázatok szemlélete transzformatív, mert ezeket a mentális tényezőket képes az egyéni kulturális jellemvonásoktól megfosztott, a mitológiai öltözékektől lemeztelenített tudati működésekként, illetve energiákként kezelni. Ekkor ugyanis például *formai* szempontból a harag energiatelítettsége, illetve az eltávolító, elválasztó pszichikai mechanizmusa megőrizhető, de a harag mint „tisztátalan” *tartalom* kicserélhető az ugyanezen mechanizmus érvényesülésével működő reflektív, tükörhöz hasonlatos bölcsesség „tisztá” tartalmává.

2.3.4. Entoptikai jelenségek és az archetípusok

Jung az általános mintázatok közül kiemelt figyelemmel fordult a szimmetrikus alakzatú mandalák felé, és azokat – középpontjukban a *Selbst*-tel – a személyiség teljességének a megformázásaként értelmezte, de ezek a képek mindig valamilyen egyéni vagy kulturálisan meghatározott formában mutatkoztak. Úgy tűnik, hogy Jung ugyan hivatkozik egy paleolit kori „napkerék mandalára” (CW 13. par. 45), de emellett nem szentelt további figyelmet azokra az évezredek óta létező ábrázolásokra és beszámolókra, amelyek ezt, és az egyéb entoptikai geometriai formákat a maguk nyers, érzelmi tartalmaktól, egyéni szubjektivitástól és civilizációktól független mivoltukban tárják fel.

A kutatások nyomán fény derült arra, hogy a megváltozott tudatállapotokban az entoptikai geometriai alakzatok az átalakulás három fázisán mehetnek keresztül. Az első szakasz pusztán az entoptikai jelenségek tapasztalása. Az ekkor érzékelhető képek a külső térbe kivetülve látszanak, viselkedésük tudatosan nem befolyásolható. A második szakaszban az alany megkísérel jelentést adni az entoptikai képeknek, azaz ikonikus formává dolgozza azokat. A harmadik szakaszhoz haladva először egy átmeneti állomásban a kép megváltozik, és egy örvény vagy forgó alagút tapasztalható. Ezekhez a képekhez gyakran erőteljes érzelmi tapasztalás is társul. Az ezt követő harmadik szakaszban növekszik a kép léletszerűsége, és miközben a kép immár ikonikus, az entoptikai geometrikus formák is fennmaradhatnak. E szakaszban az ikonikus képek egymással akár bizarr alakokat produkálva kom-

binálódhatnak. A három fázis fenti leírása afféle ideáltipikus modell, így nem feltétlenül mindig e szerint következnek egymásra (Lewis-Williams és Pearce 2005).

Jung az aktív imaginációban megjelenő képzetek kapcsán hasonló, bár kevésbé sematizálható menetű átalakulási folyamatról tesz említést, de kiinduló alapjuként nem a geometriai alakzatokat nevezi meg, hanem egy életesemény vagy egy komplexus élményét tekinti hívóképpnek. Számára a kezdeti alakok módosulásai is csak akkor bírnak jelentőséggel, ha a későbbi fázisban érzelmi energiával ellátott archetípusként képesek konfliktusokat teli interaktív kapcsolatba lépni az *ego*-val.

A buddhista meditációk látomásos tapasztalatai megegyezni látszanak az entoptikai modellel, hiszen azt a sajátos meggondolást vetik fel, hogy bár a meditációk kezdetén észlelhető geometriai alakzatok formái szempontból nem különböznek a végső fázisban láthatóktól, mégis ezek tartalmilag még „tisztátalanok”, míg az utolsó fázisban megjelenők a magasabb rendű tudatállapot „tisztult” megnyilvánulásainak tekinthetők. Úgy tűnik, hogy a kettő között valamiféle transzformációnak kellett végbemennie, bár a dzogcsen ezt némiképpen másként fogja fel.

2.3.5. Transzformáció és tudás

A transzformáció Jung koncepciójában az *ego* és a tudattalan dualitásának feszültségeiből következhet, hogy eljusson a személyiség átalakulásához, az ellentétek *Selbst*-ben integrálásához (CW 8. par. 138). Ez azt jelenti, hogy a folyamat kezdetén is, és annak eredményénél is egyazon időben két eltérő tényező található a tudat terében. A kiindulópont és a végpont között így az integráltság foka a különbség.

A buddhista gyakorlatok egy része a dualitásokat időbeni egymásutániségben teríti szét, haladási irányuk a dualitások képzetének fokozatos felszámolása, tehát a tompaság meghaladása a tudatosság növelésével, a szenvedélyek bölcsességgé alakítása, a tisztátalan elhagyása és a tiszta megtapasztalása. A gyakorlatok másik típusa meghozza azt a felismerést, hogy ezek nem-duális jelenségek, a látszólagos ellentétek ugyanannak az energiának az eltérő aspektusai, miként a hullámok sem különböznek az óceántól. A tantrizmus a transzformáció ösvényével (t.: *sgyur lam*) dolgozik. A transzformáció folyamatában megértik, hogy a szanszára vagy a tisztátalan víziók szintjén öt érzelem létezik, de ezek valódi belső természete az energia. Csupán az energia megnyilvánulásainak útjai különböznek. Ami a tisztátalan vízióban öt szenvedélyként manifesztálódik, az a tiszta vízióban az öt bölcsességgént nyilvánul meg. A dzogcsen szemlélet már azt a radikális lépést teszi meg, amely eleve nem tesz különbséget a kezdet és a végeredmény között, nem lát úgynevezett haladási irányt és folyamatot, voltaképpen számára nincsen idő és tér, annak közvetlen belátását nyújtja, hogy a buddhista értelemben vett végpont már eleve adott. A negatív és pozitív érzelmek látszólagos ellentéte a központi területen, egy gömbben – a *thigle*-ben – egysül, megmutatva, hogy a tisztátalan és a tiszta vízió,

a szenvedély és a bölcsesség saját energiánk két aspektusa. A *thigle* szintjén nincsen különbség a két megnyilvánulás között (Namkhai 2006). A dzogcsenben ezért a negatív érzelmek, a szennyeződések megtisztítása nem transzformáció, hanem annak a feltárása, hogy nem mások, mint az eredeti tudás, ezzel megtörténik az eloldás a szanszárától. A harag haragként történő felismerése megszabadít a haragtól, és energiája közvetlenül eloszlik. A tudás (t.: *ye-shes*) a nyers érzéki benyomások közvetlen észlelése, mielőtt azokat az elme megismerhető, elkülönült tárgyként strukturálja a tér és az idő kategóriáival. A tér és az idő az elme teremtményei, de a tudás az elme előtt, és ebben az értelemben az elme után van. Az elme az elme-tudatosság folyamata, a külső világ tér-idő strukturálása. Egyetlen éber jelen-tudat (t.: *rig-pa*) van, viszont sokféle tudás létezik, viszonyuk olyan, mint a Nap és a világot mindenhol megvilágító napsugaraké. A tudás intellektuális tudás. A tudás a jelen-tudat energiája vagy potencialitása (Reynolds 1996).

A transzformáció és a tudás buddhista szemléletei azt a felismerést tartalmazzák, hogy a jelenségek nem rendelkeznek saját, szubsztanciális öntermészettel, ilyen értelemben üresség természetűek. Ennek megfelelően dekonstruktív módon kezelik a világhoz hamis történetekkel kötődő narratív személyt is, következésképpen a Jung számára oly jelentőségeltjes kollektív vagy mitológiai történetek is éppoly leépítendő korlátozottságot jelentenek, mint az egyéni narratívák. Ami e belátás után marad, az a potencialitás nyitottsága, a transzformáció folyamatának végeredménye és kezdete.

2.3.6. Telítettség és üresség

Az aktív imagináció számára alapvető működési feltétel, hogy egy kezdeti nyugalmi állapot passzív imaginációit követően a dualítások konfliktusa révén olyan feszültséggel teli állapot jöjjön létre, amely képes a tudattalan archetipikus jelenségeket a felszínre hozni. Jung számára az ezt követő munka eredményeként kapott integrált állapot a mindent magában foglaló teljesség, az ellentétpárok harmonikus együttléte (CW 8. pars. 183–184). A buddhista gyakorlatok számára meghatározó működési feltétel, hogy a dualítások kezdeti feszültségei elhaljanak, ezért mintegy a tudat ürességéből univerzális, a hétköznapi érzelmi, késztetésbeli stb. tartalmaktól mentes képek, élmények jelenhessenek meg. Ez a tapasztalás annak felismerését segítheti, hogy a hétköznapi tudatállapotok csupán ezeket manipulálják. A gyakorlatok célja annak felismerése, hogy a tudat tisztasága nem kezdet, hanem mindenkor jelen levő alap, amelynek üresség természete mindenféle dualitást nélkülöz.

2.3.7. Ön-megvalósítás és ön-felszabadítás

Az aktív imaginációban a személyiség transzformációjának célja az egyéni teljesség élménye, az önmegvalósítás. Jung úgy látja, hogy a keleti gyakorlatok szintén ehhez az eredményhez vezetnek, és minden nyilvánvaló különbségük ellenére éppen az eltérő módszereket alkalmazó önmegvalósítás képezi azt a közös feladatot, amely Keletet és Nyugatot összeköti (CW 13. pars. 81–83). Az individuáció e folyamatában a hangsúly az ön-megvalósításon, az erkölcsi következményekkel járó üdvözülés útjára lépett individuumon van. Jung szerint a teljes ön-megvalósítás azonban voltaképpen soha nem érhető el, egyrészt azért, mert az individuáció egy életen át tart, és csak a halál bekövetkeztével ér véget, másrészt azért, mert a teljes megszabadulás a szenvedéstől mindig csak egy illúzió marad (CW 16. par. 400).

A buddhizmus álláspontja a fenti szemlélettől különbözik. Amint például a tantrizmussal kapcsolatban gyakran megfogalmazódik, itt a végső megvalósítás a tökéletes „nagy boldogság” (sz.: *mahāsukha*) elérése, ami messze a hétköznapi boldogság állapotai fölött áll. Ez az individualitás képzetének feladása, a nirvána állapota. A dzogcsen szerint az ön-felszabadítás (t.: *rang-grof*) nem a transzformáció eljárása. Nem valaminck mássá transzformálását jelenti. Itt nincsen a „tisztátalan” vagy a „tisztá” fogalma, így azt sem jelenti, hogy a dzogcsen gyakorlásával eltűnnek a tisztátalan víziók. Ez az ön-felszabadulás állapota. Ennek megértésében a tükör hasonlata segít. A tükör szimbóluma a tudás és a megértés eléréséhez használatos. Először is a tükörben nézheti valaki magát egy tárgyként, amiről ítélik és gondolkodik, hogy jó vagy rossz, tiszta vagy tisztátalan. E fogalmakkal még dualisztikus vízióról van szó. Ez meghaladható, ha nem tárgyként nézzük magunkat. E helyett lehet nézni az arcot, a létezést, vizsgálhatók, felfedezhetők a saját határok, a feltételek, a létezés. Nem figyeljük magunkat tárgyként, ha intellektuálisan tanulmányozzuk. Amíg az a képzetünk, hogy van saját nézőpontunk, addig van mások nézőpontja is. Ha saját nézőpontunkat legyőzzük, a másikat is megszüntetjük – ez más, mit önmagunkat megfigyelni. Nem tükörbe kell nézni. Tükörré kell válni (Namkhai 2006).

Ahogy már a Buddha élettörténetéből is kiderült, az első feladat valóban az, amit Jung is megfogalmazott, vagyis az integrált személyiség megvalósítása. Viszont e kiegyensúlyozott stabil személyiségstruktúra – és valóban csak ez – képessé teszi a törekvőt arra, hogy czen túllépve a téves én-képzeteket és identitásait meghaladjon. Ez az állapot nem helyezi középpontba sem az *ego*-t, sem a *Selbst*-et, mindegyiket decentráltan és dekoncentráltan kezeli, valóban „*ex-centrikus*”. Ugyanakkor az is kétségtelen, hogy igencsak kevesek számára adatott meg a megvilágosodás, a nirvána elérése – vagy akár csak célul kitűzése –, ezért a buddhista gyakorlatok többsége alapszinten nem is céloz egyebet, mint egy integrált személyiség megvalósítását. Jack Engler szavaival élve: „*you have to be somebody before you can be nobody*” (Engler 1986: 24). Hasonló terápiás stratégiát fogalmaz meg Jung az

ego és a *Selbst* viszonylatában, mondván, hogy legelőször is egy tudatos ént kell előállítani, mielőtt egyáltalán az énközpontúság feloldására lehetne gondolni (CW 11. par. 904).

3. JUNG ÉS A BUDDHIZMUS VISZONYA

Jung találkozásai a keleti gondolatokkal meghatározók voltak egyéni nézeteinek és módszereinek a kialakulásában, miközben továbbra is kötődött a saját kulturális és vallási gyökereihez. Ezt a kettősséget akár már az új szemléletét kialakító kezdeti meggondolásai is tükrözhetik, ugyanis az ekkor (1916) született *Septem Sermones ad Mortuos* (Hét prédikáció a halottaknak) című írása annak a 2. századi keresztény gnosztikus Baszileidésznek a nevét – és számos ponton a nézeteit is – használja fel, akinek felfogására a buddhizmus is hatást gyakorolhatott (Kennedy 1902). Ilyen hatásra utalhat az, hogy Baszileidész szerint a fájdalom és a félelem egyetemes és alapvető, és az újraszületések körforgásában is hitt, de a buddhizmushoz leginkább közel álló nézete az „én” természetére vonatkozott. Szerinte a lélek nem egy önálló entitás, különböző jellegzetességekből tevődik össze, melyek közül a legmagasabb rendű a racionális rész. A racionális psziché a káros érzelmekkel történt keveredés miatt az alapvető zűrzavar és nyugtalanság állapotában találja magát, melyből igyekeznie kell kiszabadulni. Bár Baszileidész rendszere teista, istent mégis úgy definiálja, hogy „nem-létező isten” (*ouk on theosz*). Akár az is lehet, hogy Baszileidész nézeteinek hasonlósága a buddhista gondolatokkal esetleges, véletlenszerű, mindenesetre a kapcsolat közvetlenül nem bizonyítható, így az analógiákat óvatosan kell kezelni. Más vonatkozásokban Baszileidész gondolatai már a keresztény doktrínát követik, idegenek a buddhizmustól. Kidolgozott formában található meg nála az emanáció tana, a szellemi világ soklépcsős hierarchiája, melyben a 365 szféra a Nap éves útjának egy-egy napját képviseli. A *Septem Sermones* kezdő képpével találkozik a hivatalos egyháznak az a vádja, hogy Baszileidész követői halottakat idéznek meg.

Úgy tűnik, Jungnál a *Septem Sermones* gnosztikus dualista szemlélete később is meghatározó maradt a keleti eszmék, így köztük a buddhizmus megértésekor. A gnosztikus fejlődési útvonal analógiája adja az értelmezés lehetőségét Jung számára a tudattalan megértése során döntőnek bizonyult olvasmánya, a buddhista befolyást is felmutató *Aranyvirág titka* értelmezésekor (1928) is, hiszen a szöveg üzenete számára az egymást kiegészítő ellentétek harmonikus egységgé integrálásának a lehetősége volt. Jung e kéziratához írott nagy hatású pszichológiai kommentárja túlnyomó részt saját alakulóban levő nézeteinek a kifejtése, és kisebb részben említi a taoista módszer egyes elemeit is. Bár az *Aranyvirág* taoisták és csan (japánul: zen) buddhisták által egyaránt használt módszere a görög és a keresztény hagyományban is megtalálható, és a szövegre maga Jung is úgy tekintett, mint ami

hidat ver Kelet és Nyugat között (CW 13. par. 83), Jung mégis óva intette a nyugati olvasót a gyakorlat elvégzésétől. Ez a hozzáállás részben magyarázható azzal is, hogy valójában nem ismerhette az *Aranyvirág* tényleges szövegét, mert csak az eredeti mű rontott és az utolsó néhány fejezet hiányában csonkított szövegével találkozhatott Richard Wilhelm tévedésekkel teli fordításában (Cleary 1991). A másik ok nyilvánvalóan Jung azon véleménye, amely határoltságokat húzott a keleti és a nyugati psziché közé.

Az előzőhöz hasonló a helyzet a *Tibeti Halottaskönyvhöz* (1935) és *Nagy Fel szabadulásról szóló tibeti könyvhöz* (1939) írott kommentárjai esetében is. Jung ezeket az írásokat Walter Yeeling Evans-Wentz fordításában ismerhette meg, ebből azonban nem igazán derülhetett ki, miről is szólnak az eredeti szövegek. A fordításra rányomták bélyegüket a tibeti nyelvet nem ismerő Evans-Wentz teozófiai tanulmányai, és az eredeti, illetve a tibeti lámák által elmondott szöveget a hindu védánta filozófiára vonatkozó ismeretei alapján átdolgozta (Reynolds 1989). Példaként említhető, hogy Evans-Wentz a Buddhák női aspektusait vagy társait a hinduizmus szemlélethez igazítva *sakti*-nak, „erő”-nek nevezi, ami az ellenkezőjére fordítja az egész buddhista szimbólumrendszert. Az ilyen és ehhez hasonló ferdítésekből Jung értelmezéseiben is számos félreértés fakadt. Jung azonosította a „Szellemi Selbst” kifejezést a saját *Selbst* fogalmával (CW 11. par. 808), noha ez a kifejezés nem is szerepel a tibeti szövegben. A „Túlso Part Elérésének Eszköze” kifejezés a szanszkrit *pradzsnyáparamitá* félrefordítása (CW 11. par. 810), amit a szöveg a tudat természetével azonosít. Azonban a szó jelentése: „a bölcsesség tökéletessége” vagy „a tovább vivő bölcsesség”, és ami minden dolog üresség természetének metafizikai fogalmon és mentális konstrukción túli belátása. Jung a *Tibeti Halottaskönyvben* leírt folyamatot – azt megfordítva és a metafizikai dimenzió mellőzésével csak pszichikai cseményként értelmezve – egy az *Aranyvirághoz* hasonló gnosztikus fejlődési útvonalként mutatta be. Téves, hogy a „békés” és a „haragvó” istenségeket Jung saját értelmezésű Isten-Ördög dualizmusának analógiájára kezelte (CW 11. par. 791), ilyen felfogás nem található a buddhista szövegekben. Jung félreértette a buddhista nem-dualitás elvét is, amennyiben azt azonosította a mindent átfogó totalitással, az ellentétek egységével. E véleményekben a *Septem Sermones* szemlélete köszön vissza, hiszen ott a semmi (*pléróma*) azonos a teljességgel, a teli nem jobb, mint az üres; a semmiség üres is meg teli is; a plérómában semmi sincs és minden van. Voltaképpen a pléróma elvének továbbfejlődése és gyakorlati alkalmazása a szintén 1916-ban kidolgozott „transzcendens funkció” gondolata (CW 8. pars. 131–193).

A félrefordítások közrejátszhattak abban, hogy több előítélet is kialakult Jungnál. Ezek sorából kiemelhető az álomszerű, gőzös párájú tudattalan keletiek és a megfoghatóan világos, tudatos nyugatiak szembeállítás, illetve a nyugati pszichológia tudattalanjának azonosítása Kelet felsőbb vagy kozmikus tudatával (CW 13. par. 3 és par. 62).

Jung közelebb került a buddhizmus tényleges gondolatainak megismeréséhez, amikor találkozott a zen buddhizmussal. Igaz, Daisetz T. Suzuki könyvéhez írott *Előszavában* (1939) a zen idegenszerű homályáról szól (CW 11. par. 881), és a zen megvilágosodás, a szatori megértését az európai ember számára csaknem lehetetlennek tartotta (CW 11. par. 877), de a nyugati értelemben vett filozófiai és metafizikai fejtegetésektől mentes gyakorlatokat mégis nagyra értékelte, mivel nem gondolatrendszeret kínált, hanem közvetlen tapasztalatot. A zen vonzereje abban is rejlett, hogy e tapasztalatokkal hozzájárulhatott az önismeret megszerzéséhez, ami kulcsfontosságú az individuáció folyamatában is. Jung egyszerűsítések révén párhuzamot látott a zen meditáció és az aktív imagináció között, mondván, hogy a tudattalan tartalmakat mindkettő felszínre hozza a szükséges mértékben (CW 11. par. 899), és a teljesség megtapasztalásához vezet. Jung nyitottsága a zen szemlélete iránt tovább növekedett amikor Shin'ichi Hisamatsu és Jung 1958 májusában találkoztak, noha az alapvető kérdésekben kettejük nézete nem ért össze. Jung továbbra is kitartott azon nézete mellett, hogy a tudatosat és a tudattalant egyaránt átfogó *Selbst*, tehát a tudattalan egészében nem válhat tudatossá, nem ismerhető meg, míg a zen álláspontja éppen azt hangsúlyozta, hogy az önmagam teljességgel megismerhető. A két nézet között a szenvedés és a terápia kérdésében is megmaradt a különbség. Jung szerint, ahogy mindig jelen van a tudattalan, úgy a szenvedésnek is mindig jelen kell lennie, szükségünk van a szenvedésre, ami legfeljebb csak enyhíthető, de teljes egészében nem győzhető le. Ezzel szemben Hisamatsu álláspontja szerint, ha az önmagam teljességgel tudatossá lesz, akkor a nem-tudat alaphoz jut, ami minden determináltságtól és szenvedéstől mentes (Muramoto 1998).

Különbségeik ellenére Jung és a buddhizmus egyetérthetnek abban, hogy túlük telhetően mindent meg kell tenniük a szenvedés csökkentése vagy megszüntetése érdekében, amihez mindegyiküknek megvan a maga érvényes eszköze. Nyilvánvaló ugyanakkor, hogy eredeti céljaik hagyományosan eltérőek, hiszen a buddhista gyakorló nem pszichoterápiát végez, és a terápiára járó nem spirituális ösvényt követ, így módszereiknek sem kell azonosnak lenniük. Jung és a buddhizmus abban is egyetérthetnek, hogy mindkettejük eljárása számos veszéllyel járhat, és ezekkel szemben biztosítékokra van szükség. Ezek között az első helyen van az erős, jól fejlett pszichikai struktúra felépítése a tudattalannal létrejövő konfrontáció előtt, így a konfrontációkban a kiegyensúlyozottság fenntartható. Ebből a szempontból hangsúlyozni szükséges a képzett tanító vagy terapeuta szerepét, az erkölcs kanalizáló feladatát, az éber tudatosság figyelmét, valamint a hagyományok és a közösségek kohezív erejét.

E helyütt nincsen mód és nincs is szükség Jung és a buddhizmus kapcsolatának további bemutatására és elemzésére, csupán a viszony ambivalens jellegének felmutatása lehetett a cél. Ebben a témakörben számos tanulmány és kötet született, melyek több oldalról is körüljárják a kérdést (lásd pl.: Coward 1985; Spiegelman és Miyuki 1985; Moacanin 1986; Meckel és Moore 1992; Clarke 1994; Molino

1998; Jiang 2006). A modern pszichológusok meggondolásaiból az látszik, hogy három főbb attitűddel közelítenek a buddhizmushoz (Finn 1998). Az egyik Freud klasszikus véleménye, amely a vallásos tapasztalatokat azonosítja a regresszióval (Freud 1930/1982). A másik a transzperszonalista álláspont, amely szerint a pszichoanalitikus kategóriák nem elegendők a meditatív állapotok leírásához, az emberi lehetőségek új modelljére van szükség (Wilber 1983; Engler 1986). A harmadik álláspont szerint – amelyet Jung is képvisel – párhuzam található a buddhizmus és pszichoanalitikus terápiák között (Miyuki 1980; Suler 1993; Epstein 1995, 1998; Rubin 1996).

A jelen írás szándéka szerint azokat a lehetőségeket kívánta jelezni, amelyek úgy a buddhizmust, mint Jung nézeteit a maguk által használt saját kifejezésekkel és értelmezésekkel mutatják meg, így összehasonlításuk során sokkal inkább párbeszédbe elegyedhetnek, mint ahogy az egyiket kizárólag csak a másik szemléletével kísérlik meg megérteni.